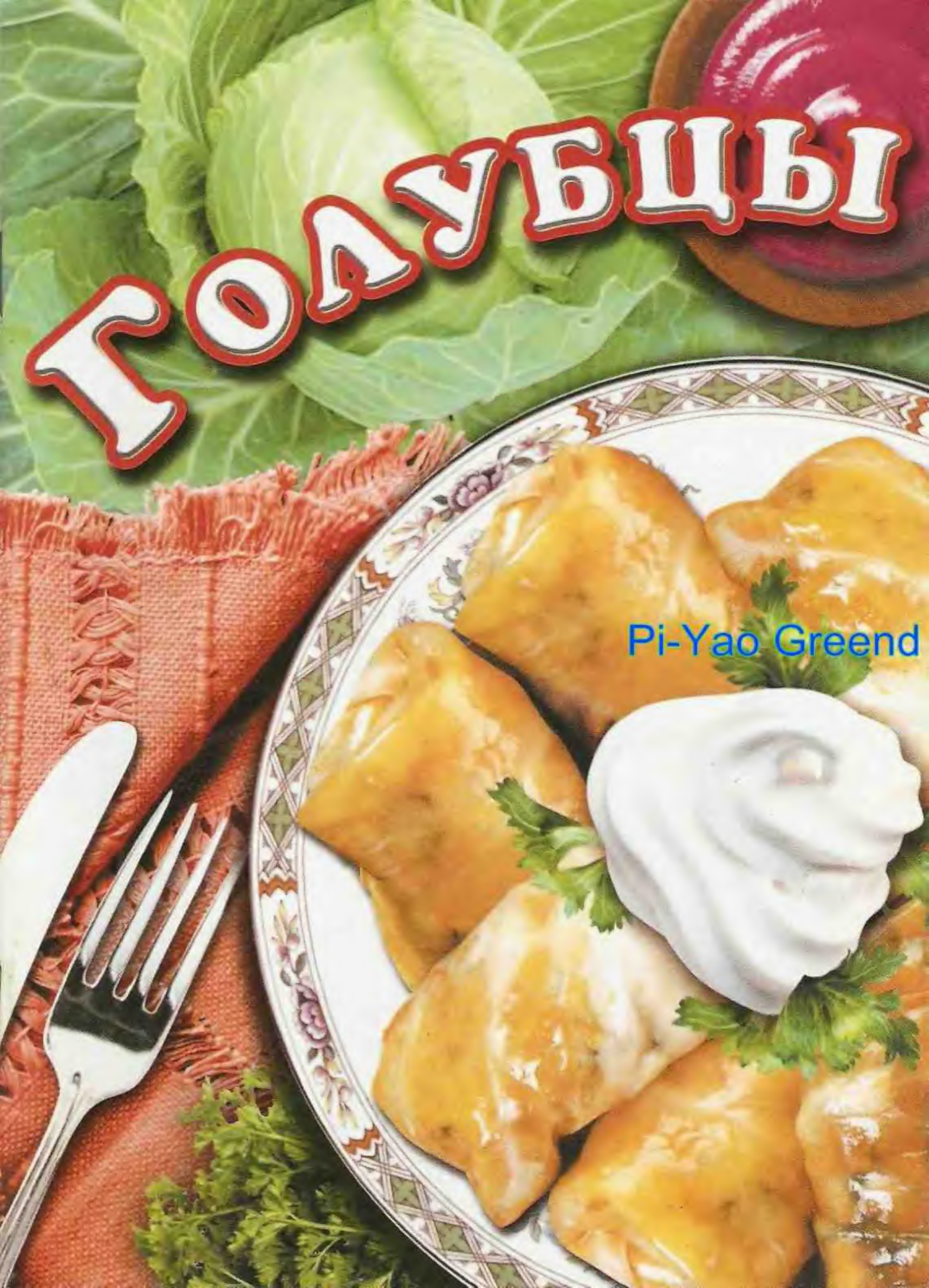

ГОЛУБЦЫ

Голубцы — это блюдо из фарша, припущенного в обертке из капустных листьев. Старинное значение слова «голубцы» относилось к блюду из голубей (или другой мелкой дичи) жареных в обертке из ломтиков сала и виноградных или капустных листьев, которое сегодня называется крепинет.

Для классических голубцов лучше взять молодую, нежную и рыхлую белокочанную капусту. Она сочнее, легче разбирается на листья, быстрее готовится. Подойдет также савойская или китайская капуста. Еще фарш заворачивают в листья салата «Айсберг», шпината или виноградные листья.

Самый вкусный фарш – свиноговяжий. Свинина придает начинке сочность. Ее можно заменить бараниной или вообще обойтись одной говядиной, но тогда в фарш следует добавить 1 ст. л. растительного масла.

Очень хорош вегетарианский вариант – овощная начинка, или смесь из вареного риса и обжаренных лука и моркови, или просто рис с большим количеством зелени. Рис для голубцов желательно использовать круглозерный. Из сыров подойдут моццарелла, сулугуни, эдамский или голландский.

А вообще голубцы открывают большой простор для творчества.

В нашем издании Вы найдете самые разнообразные рецепты голубцов – от самых простых, доступных даже начинающим хозяйкам, до сложных и изысканных, которые смогут оценить даже требовательные гурманы.

А для начала мы рассмотрим классический речепт голубцов.

Итак, нам понадобятся:

2 кочана свежей зеленой капусты (по 500 г каждый), 400 г свежей говядины, 200 г свинины из шейной части, 2 луковицы по 100 г, 1 средняя морковь (200 г), 1 крупный помидор (200 г), пучок петрушки, пучок укропа, 3 зубчика чеснока, 200 г риса, 200 мл сливок (жирность 33%), 100 мл оливкового масла, 100 г сыра, соль, черный молотый перец.

Еще подготовьте 2 доски и 2 ножа - для обработки овощей и для разделки мяса, сковороду, форму для запекания и кастрюлю побольше, чтобы кочан поместился в ней целиком.

У капусты вырезать кочерыжку и снять два верхних поврежденных листа. В кастрюле вскипятить воду и опустить в нее кочан (вода должна покрывать его полностью). Варить капусту не более 2-3 мин., иначе листья развалятся. Достать из воды, остудить.

Тем временем мелко порубить по одной луковице для фарша и для соуса, зелень и зубчики чеснока. Морковь нарезать мелкими брусками и нашинковать кубиками (можно натереть ее на терке).

У помидора крест-накрест надрезать острым ножом кожицу, опустить на 30 с в крутой кипяток от капусты. Вынуть шумовкой, подставить под холодную воду. С помощью ножа снять шкурку. Помидор разрезать, удалить плодоножку и семена, нарезать кубиками.

Говядину и свинину нарезать кубиками. Затем пропустить через мясорубку. Некоторые хозяйки пропускают через мясорубку и лук. Но тогда получается более плотный фарш, который подходит для котлет. Для голубцов лук, наоборот, служит своеобразным разрыхлителем начинки.

Сварить рис. Если он пропаренный, варить в кипящей воде около 10 мин. Затем остудить. Если непропаренный, сначала промыть и варить в большом количестве кипящей подсоленной воды (1:8) около 20 мин. Откинуть на дуршлаг, промыть холодной водой. Соединить готовый рис, мясной фарш, лук и зелень.

Мясной фарш, рис, лук и зелень перемешать. Посолить, лучше использовать йодированную крупную соль. Поперчить по вкусу. Добавить чашку питьевой холодной воды, так как рис впитывает много влаги. Перемешать. Но не отбивать, как это делают для котлет, а то рис «разобьется». Фарш должен быть эластичным.

Капусту разобрать. Внутренние жесткие, маленькие листья можно использовать для щей. У остальных срезать утолщение. Его также можно разбить тупой стороной ножа. Или, если капуста была большая, крупные листы разрезать вдоль по этому утолщению.

Положить порцию фарша на внутреннюю сторону в основание капустного листа. В этом случае будет проще сформировать голубец. Начинку на листе завернуть один раз, подвернуть края листа, снова завернуть. Так как все листья разные по размеру, после того как голубец сформирован, срезать излишки листа.

Влить на разогретую сковороду оливковое масло. Обжаривать голубцы до появления золотистого цвета с двух сторон - по 3 мин. каждую. Для того чтобы жир не брызгал в разные стороны, а голубцы равномерно прогрелись, накрыть сковороду крышкой и готовить еще 2 мин. Голубцы переложить в форму для запекания.

На той же сковороде обжарить для соуса лук и морковь до золотистого цвета, добавить чеснок. На сковороду, помешивая, влить сливки. Когда они закипят, добавить помидоры и зелень. Посолить. Помешивая, выпарить часть жидкости, чтобы соус загустел. Голубцы в форме залить соусом, посыпать тертым сыром.

Духовку разогреть до 180 °С. Запекать голубцы до появления сырной корочки в течение 20 мин. Готовые голубцы можно оставить в форме, а можно подать порционно. Тогда полить их остатками соуса из формы и украсить петрушкой, жареной во фритюре.

Приятного аппетита!

ОВОЩНЫЕ ГОЛУБЦЫ В КАПУСТНЫХ ЛИСТЬЯХ

Голубцы с луком-пореем и петрушкой

Капуста - 500 г, лук порей - 500 г, петрушка (зелень) - 200 г, масло растительное - 100 г, сметана - 200 г, соль - по вкусу

Лук-порей мелко порезать и пассеровать на растительном масле. Капусту порубить, залить кипятком и выдержать до остывания, отжать и смешать с пассерованным луком-пореем и петрушкой, посолить, сформировать голубцы и уложить в кастрюлю. Залить сметаной и тушить под крышкой на медленном огне до готовности. Подавать с чесночным соусом.

Голубцы рисом и сельдереем

Капуста - 500 г, сельдерей корневой - 200 г, лук репчатый - 200 г, рис - 100 г, масло растительное - 50 г, сметана - 200 г, соль

Сельдерей и лук почистить, нашинковать и спассеровать на растительном масле. Капусту насечь, залить кипятком и выдержать под крышкой до остывания, затем отжать. Рис промыть, залить кипятком и выдержать под крышкой до остывания, откинуть на сито. Смешать отжатую капусту, рис и пассерованные овощи, посолить. Из полученного фарша, укладывая его на капустные листья, сформировать голубцы, сложить их в кастрюлю с толстым дном, залить сметаной и тушить под крышкой до готовности на медленном огне.

Голубцы с морковью и перловой крупой

Капуста - 500 г, морковь - 200 г, лук репчатый - 200 г, крупа перловая - 200 г, масло растительное - 50 г, сметана - 200 г, соль

Морковь и лук почистить, мелко нарезать и спассеровать на растительном масле. Капусту нарубить, залить кипятком, выдержать под крышкой до остывания, отжать. Перловую крупу залить двумя стаканами воды, оставить для набухания на 8-10 часов, добавить столовую ложку растительного масла и отварить до готовности, затем смешать с капустой и пассерованными овощами, посолить. Укладывая приготовленный фарш на капустные листья, сформировать голубцы, уложить в кастрюлю, залить сметаной и тушить на медленном огне под крышкой до готовности.

Голубцы с морковью и ячневой крупой

Капуста - 500 г, морковь - 200 г, лук репчатый - 200 г, крупа ячневая - 200 г, масло растительное - 50 г, сметана - 200 г, соль

Морковь и лук почистить, мелко нарезать и пассеровать на растительном масле. Капусту нарубить, залить кипятком, выдержать под крышкой до остывания, отжать. Ячневую крупу прокалить на сковороде, залить двумя стаканами воды, оставить для набухания на 20 мин, затем добавить столовую ложку растительного масла и отварить до готовности. Смешать с капустой и пассерованными овощами, посолить. Укладывая приготовленный фарш на капустные листья, сформировать голубцы, разместить в кастрюле, залить сметаной и тушить на медленном огне под крышкой до готовности.

Голубцы капустные с топинамбуром

Капуста - 1 кочан, топинамбур - 400 г, морковь - 300 г, лук репчатый - 200 г, зелень укропа и эстрагона - 50 г, вишневые и черносмородиновые листья - 50 г, масло растительное - 75 г, сметана, соль - по вкусу

Кочан капусты, сняв верхние загрязненные листья, вымыть, разрезать поперек на две примерно равные части. Верхнюю часть залить кипятком, выдержать до остывания, отжать и разобрать на отдельные листья. Лук очистить, мелко нарезать. Морковь вымыть, нашинковать мелко и спассеровать на растительном масле вместе с репчатым луком. Зелень промыть и мелко нарезать. Топинамбур промыть, очистить и натереть на крупной терке. Оставшуюся нижнюю половину кочана мелко посечь и перемешать с пассерованными овощами, нашинкованным топинамбуром и измельченной зеленью, посолив все по вкусу.

Приготовленную начинку уложить на подготовленные капустные листья (по 2-3 полных ст. ложки), заворачивая листья конвертиком или трубочкой, сформировать голубцы. Уложить голубцы в кастрюлю, перекладывая (прослаивая) их пряной зеленью и листьями, залить сметаной и тушить под крышкой на медленном огне до готовности, следя, чтобы не подгорели.

Голубцы из капусты, моркови и красного перца

Капуста - 500 г, морковь - 200 г, перец болгарский - 300 г, лук репчатый - 200 г, сельдерей (зелень) - 50 г, чеснок - 1 головка, сметана - 200 г, масло растительное - 100 г, соль - по вкусу

Лук, морковь, сладкий болгарский перец и зелень сельдерея мелко нарезать и пассеровать на растительном масле. Капусту нарубить сечкой, залить кипятком и выдержать под крышкой до остывания. Затем отжать и смешать с пассерованными овощами и зеленью, добавив толченый чеснок. Посолить. Из полученного фарша и подготовленных капустных листьев сформировать голубцы в виде конвертиков, уложить их на противень, залить сверху сметаной и запечь в духовке.

Голубцы из капусты, томатов и болгарского перца

Капуста - 500 г, томаты спелые - 300 г, перец болгарский - 300 г, лук репчатый - 200 г, масло растительное - 100 г, соль - по вкусу

Перец болгарский, томаты и лук нарезать и спассеровать на растительном масле. Капусту насечь, залить кипятком, выдержать под крышкой до остывания, отжать и смешать с пассерованными овощами, посолить. Сформировать голубцы, уложить в кастрюлю, залить подсоленным кипятком и тушить на медленном огне под крышкой до готовности.

Голубцы с пастернаком

Капуста - 500 г, пастернак (коренья) - 500 г, лук репчатый - 100 г, сметана - 200 г, масло растительное - 100 г, соль - по вкусу

Коренья пастернака вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Лук очистить, нашинковать, смешать с пастернаком и пассеровать на растительном масле. Капусту нарубить сечкой, залить кипятком, выдержать под крышкой до остывания, отжать и смешать с пассерованными овощами, добавив сметану и соль. Сформировать голубцы, уложить в кастрюлю, залить подсоленным кипятком, чтобы они были чуть прикрыты водой, и тушить под крышкой на медленном огне до готовности. Подавать к столу с чесночным соусом или с зеленью укропа.

Голубцы с рисом, шнитт-луком и яйцами

Капуста - 500 г, шнитт-лук - 500 г, рис - 200 г, яйца - 5 шт., морковная ботва - 100 г, масло растительное - 50 г, сметана - 200 г, соль - по вкусу

Шнитт-лук и морковную ботву промыть, мелко нарезать и пропассеровать на растительном масле. Рис промыть, залить кипятком и выдержать под крышкой до остывания, откинуть на сито. Яйца отварить вкрутую, очистить и мелко порубить. Смешать пассерованную зелень, рис и яйца, посолить и, укладывая полученный фарш на капустные листья, сформировать голубцы. Уложить голубцы в кастрюлю, залить сметаной и тушить под крышкой на медленном огне.

Голубцы с луком-пореем и рисом

Капуста - 500 г, лук-порей - 200 г, рис - 200 г, петрушка (зелень) - 100 г, сметана - 100 г, масло растительное - 100 г, соль - по вкусу

Лук-порей и зелень петрушки промыть, мелко нарезать и пассеровать на растительном масле. Капусту нашинковать (лучше нарубить сечкой), залить кипятком и выдержать под крышкой до остывания, затем отжать. Рис промыть, обдать крутым кипятком и выдержать в нем до остывания, затем откинуть на сито. Смешать рис с капустой и пассерованной зеленью, добавить сметану, посолить. Сформировать голубцы, уложить в кастрюлю с толстым дном, залить подсоленным кипятком и тушить под крышкой на медленном огне до готовности (приблизительно 30 мин). Можно залить томатным соусом. Подавать на стол со сметаной или сметанным соусом.

Голубцы картофельные

Картофель - 1 кг, лук репчатый - 200 г, морковь - 200 г, масло растительное - 50 г, сметана - 200 г, перец черный молотый - 3 г, соль

Эти голубцы лучше фаршировать в листья квашеной капусты. Картофель вымыть, очистить, натереть на мелкой терке. Лук и морковь почистить, мелко нашинковать и пропассеровать на растительном масле. Смешать тертый картофель и пассерованные овощи, посолить и поперчить черным молотым перцем. Укладывая приготовленный фарш на капустные листья, сформировать голубцы, уложить на противень, полить соусом из мелко рубленного жареного лука.

Голубцы с начинкой из картофельного пюре

2 стаканчика картофельного пюре «Мевина» (с курицей или грибами), 5-6 небольших капустных листьев, 1 ст. ложка жира для жарки, 0,5 чайной ложки приправы «Мевина» (с курицей или грибами), 150 г сметаны.

Приготовить картофельное пюре «Мевина» в соответствии с рекомендациями на упаковке. Капустные листья на 5 минут залить кипятком, утолщенные прожилки срезать.

На подготовленные капустные листья разложить приготовленное картофельное пюре, завернуть листья конвертом.

Обжарить голубцы на сковороде с разогретым жиром. Переложить обжаренные голубцы в жаровню, посыпать приправой «Мевина» и залить сметаной. Закрыть жаровню крышкой и поставить в умеренно нагретую духовку на 20-25 минут.

Голубцы морковные

Морковь вымыть, очистить, нашинковать тонкой соломкой. Лук репчатый очистить, мелко нарезать, спассеровать на растительном масле вместе с морковью. В пассерованные овощи добавить соль и

черный молотый перец по вкусу, все тщательно перемешать. У кочана белокочанной капусты срезать нижнюю часть (примерно 1/3 кочана). Верхнюю часть кочана залить кипятком, выдержать до остывания, разобрать на листья, удалив кочерыжку. Укладывая на каждый капустный лист по 1-2 ст. ложки приготовленного фарша и подворачивая края листьев, сформировать голубцы в виде конвертиков. Голубцы уложить в кастрюлю, дно которой устлано капустными листьями, залить сметаной и тушить до готовности на медленном огне под крышкой.

Голубцы вегетарианские

750 г свежих капустных листьев, 1 стакан риса, полстакана растительного масла, 3 луковицы, 300 г помидоров (или томатной пасты, пюре), стакан томатного сока, 2 чайные ложки уксуса, соль, зелень петрушки, черный молотый перец.

Кочан разбираем на отдельные листья, стрезаем утощенную часть стеблей, заливаем подсоленным кипятком с уксусом и так оставляем на 10-15 мин. Тем временем на сковороде в разогретом жире обжариваем измельченный лук и промытый рис. Подливаем 2-3 столовые ложки воды или томатного сока и еще держим на огне, пока рис не набухнет. Снимаем с плиты, добавляем мелко нарезанные помидоры (или пасту) и рубленую зелень петрушки, солими перчим по вкусу. Этим фаршем начиняем капустные листья. Кладем их ровными рядами в глубокую посуду, заливаем до половины томатным соком, разбавленным водой до нужного объема, прижимаем сверху тарелкой, накрываем посуду крышкой и тушим на медленном огне до готовности - примерно 1 час.

Овощные голубцы с яйцами

1 кг капусты, 1 ст. риса, 2-3 луковицы, 2-3 яйца, 1 ст.л. муки, 3-4 ст.л. сливочного масла, 2 ст.л. томат-пюре, 3/4 ст. сметаны, пучок укропа, соль, черный молотый перец по вкусу.

Кочан капусты освободить от верхних листьев, удалить кочерыжку, опустить в кастрюлю с горячей водой и варить 15-20 минут до полу готовности. Затем кочан вынуть и опустить в холодную воду; репчатый лук мелко нарубить, пассировать на масле, соединить с отваренным рисом, рублеными яйцами, поперчить, посолить. Фарш плотно завернуть в капустные листья конвертом, перевязать их ниткой. Голубцы обжарить с двух сторон на масле, затем уложить в сотейник (утятницу), залить сметанным соусом и тушить 25-30 минут. Готовые голубцы освободить от ниток, выложить на тарелки, полить сметаной, посыпать укропом и подавать на стол.

Постные голубцы

1 кочан капусты, 5-6 крупных морковок, 1 ст. риса. 2 ст.л. панировочных сухарей, 4-5 ст.л. растительного масла, 2 луковицы, 1/2 ст. овощного бульона, зелень укропа и петрушки, соль, перец.

Кочан капусты обмыть, вырезать кочерыжку, опустить в кипящую подсоленную воду и варить 12-15 мин. Затем разобрать его на отдельные листья, слегка отбить утолщенные места или срезать ножом. Рис отварить до полу готовности. Мелко нарезанный лук и натертую на крупной терке морковь слегка поджарить на масле. Перемешать рис, лук и морковь, добавить соль, перец, зелень укропа и петрушки. На подготовленные капустные листья положить фарш, свернуть их рулетиком или в виде конвертов, запанировать в сухарях и обжарить на масле. Затем голубцы уложить в кастрюлю, залить овощным бульоном или водой и тушить до готовности.

Голубцы «Овощное ассорти»

800 г капусты, 200 г моркови, 80 г репы, 100 г репчатого лука, 1 яйцо, 40 г риса, 60 г сливочного масла или маргарина, 200 г соуса, 20 г муки, соль, укроп.

Зачистить белокочанную капусту, вырезать кочерыжку, кочан положить в кипящую воду и варить 15-20 минут. Сваренную до полуготовности капусту вынуть из воды и после того, как вода стечет, разобрать на листья, черешки которых слегка отбить тяпкой. На подготовленные листья капусты положить начинку, приготовленную из поджаренных овощей, мелко нарезанных крутых яиц, вареного риса, и завернуть их в виде рулетиков. Голубцы запанировать в муке, обжарить на противне или сковороде, залить соусом сметанным с томатом и луком и запечь в жарочном шкафу до готовности капусты. Подать с тем же соусом, посыпать зеленью петрушки или укропом.

Голубцы гречневые

1 вилок капусты, 300 г гречки (можно взять рис), 300 г моркови, 4 луковицы, 3 ст. ложки растительного масла, 500 г помидоров или 2-3 ст. ложки томатной пасты.

Вилок капусты разобрать на листья. Капустные листья ошпарить, толстые прожилки срезать. Рис (или гречу) отварить, нашинковать морковь, лук мелко нарезать. Смешать компоненты друг с другом, посолить по вкусу, поперчить. Завернуть капустные листья с фаршем конвертиком, обжарить в масле. Положить в кастрюлю на капустные листья, добавить полстакана воды. Помидоры нарезать ломтиками, положить на голубцы, добавить подсоленное растительное масло. На медленном огне довести до готовности.

Голубцы из капусты, стахиса и пастернака

Капуста - 500 г, стахис - 300 г, лук репчатый - 100 г, сметана - 200 г,пастернак (коренья) - 300 г, масло растительное - 100 г, соль – по вкусу

Стахис вымыть, залить кипятком, выдержать до остывания, очень мелко нарезать. Коренья пастернака вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Лук очистить, нашинковать, сметать с пастернаком и пропассеровать на растительном масле. Капусту нарубить сечкой, залить кипятком, выдержать под крышкой до остывания, отжать и смешать с подготовленными овощами, добавив сметану и соль. Сформировать голубцы, уложить в кастрюлю, залить подсоленным кипятком, чтобы они были чуть прикрыты водой, и тушить под крышкой до готовности на медленном огне. Подавать к столу с чесночным соусом или с зеленью укропа.

Голубцы постные с грибами и морковью

Грибы - 500 г, морковь - 200 г, лук репчатый - 200 г, рис - 150 г, масло растительное - 100 г

Грибы (шампиньоны или любые другие) промыть, мелко нарезать и пассеровать на растительном масле. Морковь вымыть, очистить и нашинковать на крупной терке. Лук репчатый очистить, измельчить, пассеровать с морковью на растительном масле в течение 2 мин. Рис промыть и замочить на 2 часа, залив кипятком. Соединить пассерованные грибы, овощи и рис, перемешать, посолить по вкусу. Выкладывая приготовленный фарш на капустные листья, сформировать голубцы. Уложить их в кастрюлю, залить подсоленным кипятком и тушить под крышкой примерно 30 мин. При подаче на стол такие голубцы можно заправить жаренным на растительном масле репчатым луком.

Голубцы с грибами

1 кг капустных листьев, 500 г грибов, 150 г растительного масла, 200 г лука, 150 г риса, соль, черный и красный перец по вкусу.

Подготовленные грибы пропустить через мясорубку или мелко нарезать и протушить в жире. Кочан капусты разделить на отдельные листья, облить кипятком, жесткие капустные черешки вырезать. На разогретой с жиром сковороде поджарить мелко нарезанный лук и, когда он сделается мягким, добавить рис, тушеные грибы, соль, красный перец. Смесь переложить в кастрюлю, влить 0,5 стакана воды и варить, пока рис не впитает в себя всю воду. После этого снять кастрюлю с огня, добавить черный перец и перемешать. На каждый капустный лист положить приготовленный фарш, завернуть

в виде колбаски, уложить рядами в кастрюлю, сверху придавить тарелкой, залить грибным отваром и варить на слабом огне до готовности.

Голубцы с грибами в сметанно-томатном соусе

500 г свежей капусты, 300 г свежих грибов, 2 луковицы, 3-4 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки маргарина, 2 стакана сметанного соуса с томатом, соль.

Кочан капусты очистить от верхних листьев, вырезать кочерыжку, опустить кочан в кипящую воду на 3-5 мин, вынуть и разобрать на листья и слегка отбить черешки. Грибы отварить, мелко нарезать, перемешать с пассерованным луком, посолить и обжарить. Полученный фарш завернуть в капустные листья в виде конвертов. Голубцы обжарить, поместить в утятницу, залить сметанным соусом с томатом, закрыть крышкой, тушить 30-40 мин.

Голубцы с грибами и яйцами

500 г капусты, 60 г сушеных грибов, 60 г репчатого лука, 2 яйца, 140 г сметаны, 10 г петрушки, соль, перец.

Нашинковать лук, поджарить или спассировать его, добавить нашинкованные отварные грибы, жарить еще 5-7 минут, потом положить зелень укропа и мелко нарубленное, сваренное вкрутую яйцо. Из отваренных капустных листьев и этого фарша сделать голубцы, залить их сметаной, посыпать тертым сыром и запечь в духовке. К голубцам можно подать рассыпчатую гречневую кашу.

Голубцы с грибами и капустой кольраби

Шампиньоны - 500 г, морковь - 200 г, лук репчатый - 200 г, капуста кольраби - 500 г, масло растительное - 100 г

Капусту кольраби очистить, мелко нашинковать и пассеровать. Грибы, лук и морковь измельчить и пассеровать отдельно. Подготовленные грибы и овощи соединить с капустой кольраби, тщательно перемешать и посолить по вкусу. Заворачивая по 1-2 ст. ложки приготовленного фарша в капустный лист, сформировать голубцы в виде конвертиков, уложить в кастрюлю, залить кипятком, посолить и тушить под крышкой до готовности. Подавать со сметаной. Можно использовать и другие грибы, но, в отличие от шампиньонов, перед жаркой их необходимо отварить.

Голубцы постные с сельдереем

Сельдерей корневой - 500 г, лук репчатый - 200 г, морковь - 200 г, масло растительное - 100 г, рис - 200 г

Сельдерей и морковь вымыть, очистить и нашинковать на крупной терке. Лук репчатый очистить и мелко нарезать. Все овощи пассеровать на растительном масле в течение 1-2 мин. Рис промыть и замочить на 2 часа, залив кипятком, затем соединить с пассерованными овощами, посолить и перемешать. Заворачивая приготовленный фарш в капустные листья, сформировать голубцы в виде конвертиков, уложить их в кастрюлю, залить подсоленным кипятком или сметаной и тушить под крышкой до готовности около 30 мин на медленном огне.

Голубцы на листьях квашеной капусты с начинкой из пшена, лука, моркови

Пшено - 300 г, лук репчатый - 200 г, морковь - 200 г, масло растительное - 100 г, сметана - 200 г, соль - по вкусу

Пшено промыть, прокалить на сухой сковороде, залить кипятком (***на 1 стакан крупы - 2 стакана кипятка***), добавить 1 ст. ложку растительного масла и довести до кипения. Затем, закрыв крышкой, оставить для остывания. Лук и морковь почистить, мелко нарезать и пассеровать на растительном масле. Смешать подготовленные овощи и распаренное пшено, посолить. Укладывая полученный фарш на листья, снятые с кочана заквашенной целиком капусты, сформировать голубцы, поместить их в кастрюлю, залить сверху сметаной и тушить под крышкой на медленном огне до готовности.

Голубцы по-индийски с орехами и паниром «Бандгобхи кофта»

2 ст. л. топленого масла, 1 палочка корицы дл. 5 см, 5 гвоздик, 1 ч. л. молотого кумина, 1/4 ч. л. асафетиды, 900 г помидоров, бланшированных, очищенных от кожицы и размятых, 4 ст. л. изюма, 1 ст. л. лимонного сока, 1 ч. л. куркумы, 3 1/2 ч. л. соли, 1 чашка (100 г) нутовой муки (или муки из обычного гороха), щепотка молотого черного перца, 1 маленький кочан молодой капусты, 2 ст. л. топленого масла, 1/3 чашки (50 г) миндаля или орехов кешью, измельченных, 1 ч. л. натертого свежего имбиря, 1-2 стручка сушеного острого перца, раскрошенных, 350 г панира, отжатого и мелко нарезанного, 3 ст. л. мелко нарубленных листьев свежего кориандра или 1 ч. л. молотого кориандра, 1/2 ч. л. молотого сладкого красного перца (паприки)

В небольшой кастрюльке нагрейте ги и, помешивая, поджарьте в ней корицу, гвоздику, молотый кумин и асафетиду (30-45 сек). Добавьте томатное пюре и варите на слабом огне 30 мин, чтобы получился однородный соус. Затем всыпьте изюм и добавьте лимонный

сок, куркуму и 2 ч. л. соли. Выньте корицу и гвоздику и снимите кастрюлю с огня. Смешайте в миске нутовую муку со щепоткой соли и щепоткой перца. Добавьте такое количество воды, чтобы получилось жидкое тесто, как для блинов. Накройте миску полотенцем и отставьте.

Удалите кочерыжку, не разрезая кочана капусты, и снимите поврежденные наружные листья. Вымойте кочан и припустите его в кипящей подсоленной воде. Через 8-10 мин осторожно выньте кочан и промойте холодной водой. Подрежьте его у основания и снимите 6-8 листьев, стараясь не повредить их. Возьмите небольшой нож и с каждого листа срежьте утолщенные части, стараясь не прорезать лист насквозь. Это сделает листья более гибкими. Осушите их бумажной салфеткой и отложите.

Нагрейте ги в маленькой кастрюле и поджарьте измельченные орехи, натертый имбирь и стручковый перец. Положите туда же панир и нарубленные листья кориандра, паприку и остаток соли. Держите на среднем огне, постоянно помешивая, пока все компоненты как следует не перемешаются. Затем разложите листья капусты и поместите столовую ложку этой начинки в центр каждого листа. Сложите края листа и скатайте его наподобие рулета.

Окуните рулеты в приготовленное тесто и обжаривайте их 4-5 мин в горячем топленом или растительном масле до золотисто-коричневого цвета. Положите фаршированные капустные листья на блюдо и полейте подогретым томатным соусом.

Вместо обжаривания их можно запечь. Тогда тесто не понадобится. Положите рулеты в кастрюлю швами вниз. Полейте их томатным соусом, поставьте кастрюлю в духовку и запекайте при 150 С 15-20 мин.

Голубцы из китайской капусты с тофу

2 сушёных гриба шонгу, 250 г тофу, 2 ст. л. соевого соуса, 2 желтка, соль, перец, 8 больших листьев китайской капусты, 100 г варёной ветчины, 2 стебля лука-порея, 1 зубчик чеснока, растительное масло для жаренья, 1 ст. л. рисового вина или сухого шерри, 200 мл бульона, 1 лимон

Грибы размягчить в горячей воде, выжать, удалить жёсткие ножки, шляпки нарезать полосками. Тофу раскрошить, смешать с соевым соусом и желтком, посолить и поперчить. Дать настояться не менее получаса. За это время капустные листья поварить 3 минуты в солёной воде, вынуть и охладить. Ветчину мелко нарезать. Лук и чеснок тоже мелко нарезать. Масло разогреть в воке или в сковороде, потушить в нём лук и чеснок, добавить ветчину и грибы и слегка поджарить. Ветчину, лук, чеснок, грибы и рисовое вино смешать с тофу. Положить по два капустных листа рядом так, чтобы один слегка перекрывался другим. Выложить в чашечку листьев приготовленную массу и завернуть, подогнув края. Закрепить деревянными палочками или ниткой. Сложить в форму для духовки, залить бульоном, сверху положить ломтики лимона и при температуре 200 °С тушить 40 минут. В качестве гарнира подходит рис.

Голубцы по-ирански

200 г фасоли, 400 г репчатого лука, 160 г моркови, 80 г сельдерея, 160 г риса, 1 кг квашеной капусты, 80 г растительного масла, перец красный молотый, перец черный молотый, соль.

Фасоль отваривают в воде до готовности вместе с крупно нарезанным репчатым уком, морковью, корнем сельдерея. Готовую фасоль, откидывают на дуршлаг, а затем соединяют с мелко нарезанным пассированным на оливковом масле репчатым луком, отварным рисом, молотым красным и черным перцем, солью. Массу тщательно перемешивают. Кочан квашеной капусты разбирают на листья, каждый лист с положенным на него фаршем свертывают в виде сардельки. На дно сотейника укладывают слой нашинкованной квашеной капусты, сверху – голубцы, накрывают их целыми капустными листьями, вливают капустный рассол и часть отвара, в котором варилась фасоль, и тушат на слабом огне. Подают голубцы в холодном виде, загарнировав их красным сладким перцем и полив красной пассировкой (растительное масло, спассированное с красным перцем).

Голубцы с фасолью

300 г фасоли, 300-400 г капусты, 100 г лука, 80 г томат-пасты, 80-100 г растительного масла, зелень, соль, перец.

Фасоль перебрать и растолочь в ступке (можно воспользоваться кофемолкой). Высыпать фасоль в глубокую кастрюлю, залить кипятком, плотно закрыть крышкой и выдержать в течение получаса, чтобы набухла. Потом сварить.

Обжарить репчатый лук в растительном масле, посолить, добавить молотый красный перец и снять с огня. Готовую фасоль откинуть на сито, соединить с поджаренным луком, добавить зелень и перемешать. Завернуть начинку в капустные листья и выложить в сотейник или кастрюлю, положив между голубцами стручки сладкого перца, предварительно замоченные в горячей воде. Голубцы залить соусом, приготовленным из разведенной водой томатной пасты с солью, перцем и сахаром, и тушить на слабом огне до готовности.

Голубцы с картофелем и сыром

5 картофелин, 2 луковицы, 4 ст.л. растительного масла, 1/4 ст. молока, 1 кочан капусты, 1/2 ст. сметаны, 1 ч.л. муки, 100 г сыра, соль, перец.

Очищенный картофель отварить на пару и горячим протереть сквозь сито. Лук нарезать соломкой и прогреть на растительном масле. В горячее картофельное пюре положить соль, лук, влить горячее молоко. Хорошо взбить. У кочана капусты удалить кочерыжку. Кочан промыть, проварить в кипящей соленой воде 5-6 мин, вынуть из воды, разобрать на листья. Отбить утолщенные части, на середину уложить фарш, придать голубцам форму цилиндра. Уложить голубцы в форму, залить сметанным соусом, посыпать натертым сыром и запечь в духовке. При подаче полить соусом, в котором они тушились.

Голубцы овощные квашеные

Квашеные голубцы формируются из капустных листьев. В них заворачивают овощную начинку, в которую входят пассерованные овощи: репчатый лук, морковь, корневой сельдерей, а также свежая белокочанная капуста и чеснок.

Овощной фарш:

Репчатый лук очистить и мелко нарезать. Морковь и сельдерей вымыть, очистить и пассеровать вместе с измельченным репчатым луком на растительном масле. Примерно 1/3 кочана капусты (со стороны кочерыжки) отрезать и насечь сечкой или ножом, удалив кочерыжку. Измельченную капусту смешать с пассерованными овощами, добавить размятый чеснок, соль и черный перец, горшком.

Оставшуюся верхнюю часть кочана залить кипятком, поварить 5 мин. Летние сорта белокочанной капусты достаточно залить кипятком и выдержать в нем до остывания. Затем разобрать кочан на листья, уложить на них по 1-2 ст. ложки приготовленной начинки и, обворачивая ее капустным листом, сформировать голубцы в виде конвертиков, плотно уложить в тару слоями, посыпая каждый ряд солью и измельченным красным острым перцем. Сверху установить гнет, выдержать сутки при комнатной температуре, затем поместить в холодильник. Через 4-5 дней квашеные голубцы будут готовы. Употребляют их в холодном виде как пикантное блюдо.

Голубцы с рисом и айвой

400 г капустных листьев, 200 г риса, 80 г лука, 80 г моркови, 120 г айвы, 40 г укропа, 120 г топленого или растительного масла, 800 г простокваши, 40 г сахарной пудры, корица, соль.

Перебранный и промытый рис отварить в подсоленной воде (10 г соли на 1 л воды) до полуготовности, откинуть на дуршлаг и дать воде стечь. Свежую айву, очищенную от кожицы и семян, нарезать мелкими кубиками (1/2?1/2 см), сварить в воде и откинуть на дуршлаг. Отвар сохранить. Морковь и репчатый лук нарезать, так же как и айву, кубиками и спассировать. Изюм перебрать, отделить веточки и промыть в теплой воде.

Белокочанную капусту подготовить, как описано выше (см. "Голубцы, фаршированные овощами"). Вместо капустных листьев можно взять виноградные, свежие или соленые, которые следует предварительно залить кипятком на 2-3 минуты.

Подготовленные рис, айву, морковь с луком, изюм и мелко нарезанный укроп смешать, разложить эту смесь кучками по 25-30 г на капустные или виноградные листья и завернуть ее в них, придавая изделиям круглую, слегка приплюснутую форму (биточки). Голубцы уложить плотно один к другому в смазанный маслом коробин или сотейник в два-три ряда, поливая каждый ряд маслом. После этого залить голубцы отваром из-под айвы, закрыть посуду крышкой и припускать их при слабом кипении на плите или в жарочном шкафу в течение примерно 30 минут. Айву для этого блюда можно заменить грушами, свежими или сушеными яблоками.

Готовые голубцы (5-6 шт. на порцию) положить на блюдо или тарелку и залить взбитой простоквашей. Сахарную пудру, смешанную с порошком корицы, подать отдельно на розетке.

Голубцы с творогом

600 г капусты, 400 г творога, 120 г риса, 40 г яиц, 80 г сливочного масла или маргарина, 160 г сметаны, перец, соль, зелень.

Рассыпчатую рисовую кашу охладить до 40-45° и смешать с сырыми яйцами и протертым творогом, предварительно заправленным солью и перцем.

Начинку (по 60 г) завернуть в капустные листья, подготовленные, как для голубцов, фаршированных овощами (см. "Голубцы, фаршированные овощами").

Голубцы обжарить на масле, уложить в сотейник или на противень, залить сметаной и тушить в жарочном шкафу.

При подаче полить голубцы сметаной, в которой они тушились, посыпать укропом или зеленью петрушки.

Голубцы с фруктовой начинкой

Курага - 200 г, лук репчатый - 200 г, морковь - 200 г, капуста - 200 г, рис - 200 г, изюм - 50 г, масло растительное - 100 г, соль

От капустного кочана отрезать нижнюю часть (примерно 1/3), мелко нашинковать и пассеровать на растительном масле. Лук репчатый очистить и мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить, натереть на крупной терке и пассеровать вместе с репчатым луком. Рис промыть и отварить в воде до полуготовности. Курагу промыть, отварить в небольшом количестве воды, мелко нарезать. Смешать пассерованные овощи с курагой и отварным рисом, добавить промытый изюм и посолить все по вкусу.

Верхнюю часть кочана залить кипятком и выдержать до остывания, затем разобрать на листья. Уложить на каждый лист 1-2 ст. ложки начинки. Обворачивая начинку капустным листом, сформировать голубцы в виде объемных конвертиков, уложить их на противень, полить сметаной и запечь в духовке.

ГОЛУБЦЫ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ В КАПУСТНЫХ ЛИСТЬЯХ

Голубцы (старинный рецепт)

360 г говядины как для рубленых котлет, 6 луковиц, перец, соль, 1/2 кочана свежей капусты, 2-3 стакана мясного бульона, 2 стакана сметаны, 180 г риса

Говядину и лук пропускают через мясорубку, солят и перчат; потом сюда же прибавляют отварной рис, хорошо все смешивают и кладут на листы капусты, свертывают в виде небольших колбас, обвязывают нитками и кладут в кастрюлю, куда прибавляют мясной бульон, чтобы голубцы чуть покрылись, закрывают крышкой и томят на слабом огне, когда зарумянится, влить сметану и опять томить 1/2 часа.

Дулма греческая (старинный рецепт)

360 г говядины как для рубленых котлет, 1 пучок зелени сельдерея, перец, соль, 1 кочан свежей капусты, 3-4 стакана мясного бульона, 90 г риса, 90 г изюма

Говядину и лук пропускают через мясорубку, солят и перчат; смешивают с отваренным рисом и прибавляют мелкого изюму или коринку. Отдельно берут не тугой кочан капусты, вынимают из него кочерыжку, чтобы кочан не развалился и погружают его в горячую воду минут на 5, чтобы капуста сделалась мягкою, после чего кочан ставят вертикально, листья по очереди один за другим приподнимают, но от кочана не отделяют и между ними кладут фарш. Когда таким образом весь кочан будет нафарширован, его туго связывают нитками, помещают в кастрюлю, куда кладут пучок сельдерея, заливают мясным бульоном, чтобы кочан им покрылся, посыпают солью и варят до готовности капусты, после чего опрокидывают на блюдо, снимают нитки и обливают собственным соком.

Голубцы с мясным фаршем

Мясо - 500 г, морковь - 200 г, лук репчатый - 100 г, перец черный молотый - 1/4 ч. ложки, рис - 100 г, соль - по вкусу

Для голубцов можно брать любое мясо - говядину, свинину, баранину. Вкуснее получаются те, в которых используются говядина и свинина, взятые в равных количествах. Для приготовления фарша мясо промыть, нарезать кусочками и пропустить через мясорубку. Рис промыть и вымочить в воде в течение 1-2 часов. Лук, морковь очистить, промыть, мелко нашинковать и пассеровать на жире. Соединить пассерованные овощи с фаршем, рисом, добавить соль и перец, тщательно перемешать. Уложить голубцы в кастрюлю, залить крутым кипятком, добавить перец горошком, лавровый лист, соль и тушить на медленном огне до готовности риса. Подавать с любым овощным соусом.

Голубцы с мясом

1 кг белокочанной капусты, 1/2 ст. муки, 50 г сливочного масла, 2 ст. сметанного соуса.

Для фарша: 400 г мясного фарша, 1 ст. отварного рассыпчатого риса, 1-2 луковицы, 2 крутых яйца, 100 г сливочного масла, соль.

Капусту освободись от верхних листьев и кочерыжки, опустить в кастрюлю с горячей водой и проварить 15-20 мин. Вынуть кочан из кастрюли, опустить в холодную воду, откинуть на дуршлаг и дать стечь воде. Готовую капусту разобрать на отдельные листья, обрезать у них окончания толстых стержней. Лук измельчить и обжарить на масле, смешать с фаршем, рисом и изрубленными яйцами, добавить немного бульона или воды для сочности, растопленное сливочное масло. Положить на каждый капустный лист фарш, завернуть листья в плотные «конверты», обвязать ниткой, чтобы «конверт» не разворачивался, обвалять в муке и обжарить с обеих сторон на масле.

Сложить обжаренные голубцы в кастрюлю, залить сметанным соусом, добавить (по желанию) томат-пюре и тушить под крышкой 25-30 мин.

Готовые голубцы разложить в тарелки по два на порцию, залить горячим сметанным соусом, в котором они тушились, посыпать зеленью.

Для того чтобы сложить голубец конвертом, поступают так: фарш кладут ближе к основанию капустного листа, берут лист за боковые стороны и заворачивают их к середине. Затем, начиная с того места, где лежит фарш, скручивают лист валиком. Середину валика перевязывают ниткой.

Дрезденские голубцы

1 кочан белокочанной капусты весом 1 кг, 1 стол. ложка молотого тмина, 150 г ломтиков бекона, 1 яйцо, 2 луковицы, 60 г топленого масла,500 г мясного фарша, 180 г панировочных сухарей, 50 мл сливок, соль, перец, 250 мл овощного бульона из кубика, 100 г сметаны

Бланшировать 12 капустных листьев по 2 мин. Выложить внахлест по 3 листа. Посыпать тмином и покрыть 3-4 ломтиками бекона. Лук порубить и потушить. Смешать с фаршем, яйцом, сухарями и сливками. Посолить, поперчить и выложить на капусту. Загнуть капустные листья по краям, завернуть голубцы и перевязать ниткой. Обжарить в оставшемся топленом масле. Мелко нарезать 5-6 капустных листьев и выложить на сковороду. Долить бульон и тушить около 30 мин. Вынуть голубцы, заправить соус сметаной, посолить и поперчить. На гарнир подать картофельное пюре.

Голубцы по-литовски

0,5 кг капустных листьев, 300 г нежирного фарша, 200 сала, луковица, 3-4 морковки, стакан риса, полстакана сметаны, 3 столовые ложки томатного пюре, 5 столовых ложек растительного масла, 2 столовые ложки уксуса, черный перец, укроп, соль.

Рис пассеруем с двумя столовыми ложками масла, вливаем 2 стакана подсоленной воды или бульона, ставим на слабый огонь и варим, пока рис не разбухнет, а жидкость не выпарится. Отдельно в оставшемся масле хорошо обжариваем мясной фарш с рубленным луком, смешиваем с рисом, посыпаем черным перцем, рубленой зеленью укропа и солим по вкусу. Фарш готов! Капустные листья заливаем кипящей подсоленной водой с уксусом и так оставляем на 10-15 мин. Кладем на каждый начинку, заворачиваем листья. На дне глубокой кастрюли раскладываем ломтики сала, на них - морковь, нарезанную тонкими кружочками, сверху - голубцы, посыпаем перцем, заливаем смесью томата-пасты и сметаны, посоленной по вкусу, накрываем крышкой и тушим в духовке при умеренной температуре, время от времени доливая по 1-2 столовые ложки горячей воды. Подаем на блюде, в качестве гарнира используем тушеную морковь.

Голубцы по-корейски

Капуста 1 кг, свинина (говядина) 200 г, молодой красный перец 50 г, соевый соус 10 г, зеленый лук 20 г, соль 10 г, растительное масло 10 г, чеснок 10 г

Аккуратно отделить листы капусты от кочерыжки, разрезать их пополам и просолить в 3% растворе соли в течение 30 минут.

Мясо тщательно измельчить, лук нашинковать, молодой красный перец и чеснок измельчить. В свинину добавить соевый соус, соль, растительное масло, лук, молодой красный перец и чеснок, все перемешать - начинка для голубцов готова. Несильно засоленную капусту хорошо промыть, стряхнуть воду. На листья положить начинку и завернуть. Тушить 15 минут (до готовности мяса). Перед подачей на стол каждый голубец разрезать поперек на несколько частей толщиной 4-5 см.

Голубцы, фаршированные вареным мясом

600 г капусты, 400 г вареного или тушеного мяса, 160 г лука, 80 г свиного сала, 80 г пшеничного хлеба, 120 г риса, перец красный и черный, соль.

Опустить в кипящую воду на 3-4 минуты листья, снятые с крупного кочана капусты. Вынуть из кипятка, обсушить.

Разложить листья на столе и посыпать солью и красным перцем.

Для приготовления фарша пропустить через мясорубку вареное или тушеное мясо (баранину, говядину). Спассировать на свином сале измельченный лук, намочить в холодном бульоне и отжать мякиш белого хлеба, отварить до полуготовности рис. Добавить соль и черный молотый перец. Все тщательно перемешать и разделать в виде шариков (величиной с яйцо).

Завернуть начинку в лист капусты, положить в салфетку и обмять, придав круглую форму. Уложить в сотейник, залить бульоном и довести до готовности в жарочном шкафу.

При подаче полить соком.

Голубцы из квашеной капусты, фаршированные мясом

640 г капусты, 480 г говядины, 80 г шпика, 140 г риса, 80 г лука, 40 г молока, 200 г бульона, 50 г соуса, перец, соль.

Кочаны квашеной капусты разобрать на отдельные листья, утолщенные стебли листьев срезать или разбить тяпкой. Если капуста на вкус не в меру кислая, то листья надо залить горячей водой и варить их в течение нескольких минут. В подготовленные таким способом листья завернуть мясной фарш так же, как в листья свежей капусты.

Дно сотейника или коробина сплошь покрыть тонкими ломтиками свиного шпика или такими же ломтиками свиной шкурки, срезанной со шпика, кладя ее наружной стороной вверх. Затем в посуду на слой шпика уложить в два-три ряда сформованные голубцы, залить их мясным бульоном и тушить в закрытой посуде один час. Затем слить с голубцов бульон, смешать его с готовым сметанным соусом с томатом и луком, заправить соус по вкусу солью и перцем, можно добавить в него немного сахара. Залить этим соусом голубцы и снова тушить при слабом кипении в течение 15-20 минут. Шпик и свиную шкурку после тушения мелко порубить и положить в соус.

Для приготовления фарша: говядину пропустить через мясорубку, добавить в нее немного воды или молока (не более 10 % к весу мяса), мелко нарезанный свиной шпик и так же нарезанный репчатый лук, прокипяченный с маслом, сырой промытый в воде рис, соль и перец. Все хорошо перемешать.

Подать голубцы вместе с соусом, в котором они тушились, посыпать зеленью.

Голубцы, фаршированные свининой

640 г капусты или 200 г виноградных листьев, 300 г свинины, по 80 г моркови и лука, 40 г петрушки, 200 г бульона, 60 г сала, 400 г соуса, 600 г гарнира, перец, соль, зелень.

Мякоть свинины пропустить через мясорубку, посолить, добавить перец, мелко нарубленные и пассированные морковь, петрушку и репчатый лук, все хорошо перемешать. Разделать этот фарш в форме мясных сарделек и завернуть в ошпаренные листья свежей белокочанной капусты или в виноградные листья. Вместо листьев свежей капусты можно использовать также листья квашеной (кочанной) капусты, а также квашеные виноградные листья.

Сформованные голубцы уложить в глубокий сотейник или коробин, залить бульоном, закрыть посуду крышкой и тушить при слабом кипении на плите или в жарочном шкафу один час. По окончании тушения залить голубцы соусом сметанным с томатом и луком и кипятить в течение 8-10 минут.

Подать, полив соусом и посыпав зеленью, с рассыпчатой рисовой, пшеничной или ячневой кашей.

«Ленивые» голубцы

1 кочан свежей капусты (или 1 кг квашеной), 500 г мяса, 1 морковь, 2 луковицы, 1 ст. бульона или кипятка, 1/2 ст. риса, 1 ст.л. томата, лавровый лист, перец, соль.

Кочан капусты обдать несколько раз водой и мелко нашинковать. На дно кастрюли положить масло или маргарин и половину капусты. Нарезанное кусочками мясо, тертую морковь, томат обжарить. В кастрюлю с капустой положить сначала мясо, потом морковь, на нее – сырой рис, оставшуюся капусту. Добавить лавровый лист, перец, немного бульона и тушить до готовности.

Голубцы с бобовыми и ветчиной

640 г капусты, 160 г бобовых (фасоль, чина или нут), 80 г ветчины или грудинки, 80 г молочного соуса, 20 г яйца, 120 г репчатого лука, 60 г свиного топленого сала, 200 г бульона или 120 г сметаны, 400 г томатного соуса или сметанного с томатом и луком, 20 г муки, соль, зелень.

Капусту подготовить так же, как описано выше (см. "Голубцы, фаршированные овощами").

На подготовленные листья капусты разложить фарш по 40-50 г, завернуть его в лист в виде сардельки, уложить рядами в глубокий сотейник, залить крепким мясным бульоном или сметаной и тушить, пока капуста не станет мягкой. Подать голубцы в горячем виде по 2 шт. на порцию, политыми томатным (мясным) или сметанным соусом с томатом и луком. Посыпать зеленью петрушки или укропом.

Для приготовления фарша: копченую ветчину или свиную копченую, грудинку нарезать кубиками (5-6 мм), слегка поджарить с рубленым репчатым луком, добавить сваренную фасоль, чину или нут (на каждые 250 г ветчины 1 кг вареных бобовых) и перемешать; заправить густым молочным соусом с добавлением яичного желтка и рубленой зелени петрушки.

Голубцы в фольге

Вам потребуются: капуста - 500 г; мясо - 300 г; лук - 1 луковица, морковь - 1 шт.; рис - 1/2 стакана; перец, соль - по вкусу.

Отобрать кочан капусты небольшого размера, но обязательно с цельными здоровыми листьями. Снять кочана листья и опустить их в кипящую воду на 3-4 минуты, чтобы они слегка ошпарились. После этого вынуть листья из кипятка, дать воде стечь и остудить. Центральную жилку на каждом листе отбить, не повредив при этом лист. Листья разложить на столе и посыпать солью и красным перцем.

Для фарша необходимо пропустить через мясорубку сырое мясо, обжарить его на растительном масле. В мясо можно по вкусу добавить мелко натертую морковь и обжаренные полукольца лука. Отварить до полуготовности рис. Добавить соль и черный молотый

перец. Все тщательно перемешать. На каждые капустный лист уложить по 1-2 ст.л. фарша (в зависимости от размера листа). Завернуть начинку в листья капусты.

Уложить голубцы в жаропрочную форму, залить полностью бульоном, по вкусу добавить натертую на терке морковь и довести до готовности в духовке (примерно 20-30 минут). Форму лучше накрыть фольгой.

Голубцы с мясом и сметаной

150 г мяса, 50 г вареного риса, 20 г сливочного или растительного масла, 50 г репчатого лука, 5-6 капустных листьев, укроп, соль, молотый перец.

Соус: 130 г сметаны, томат-паста, мука, мясной бульон, зелень, соль.

К мясному фаршу из одного или нескольких видов мяса добавить холодный рис, пассерованный лук, соль и молотый перец. Капустные листья обварить кипятком, вырезать толстые стебли и разложить листья на разделочной доске. На каждый лист положить фарш, завернуть. Обжарить голубцы и поместить в кастрюлю. Залить соусом и запечь в духовке. Соус приготовить из сметаны: размешать ее с томат-пастой и мукой, развести водой или бульоном, посолить и прокипятить. При подаче посыпать голубцы мелко нарезанным укропом.

Голубцы с мясом и яблоками

1 не очень плотный кочан капусты, 2 большие луковицы, 300-400 г говядины, 4 средних яблока, корочку ржаного хлеба, немного соли, перец и специи по вкусу, масло для жарки

Приготовьте для голубцов капустные листья. Для этого из кочана капусты вырежьте кочерыжку, опустите его в кастрюлю с подсоленным кипятком (утолщенной частью листьев вниз) и проверьте, чтобы листья стали мягкими. Выньте кочан из кастрюли, дайте стечь остаткам воды, разберите на листья. Утолщенные части срежьте, можно слегка отбить листья ножом.

Для приготовления начинки очищенную луковицу мелко изрубите. Яблоки, удалив из них сердцевину и срезав кожицу, нарежьте мелкими ломтиками и смешайт с луком. Мясо нарежьте кусочками, отбейте каждый из них, а затем нарежьте мелкой соломкой, посолите и обжарьте вместе с луком и яблоками.

Приготовленную начинку кладите на капустные листья и заворачивайте в конвертик. Обвяжите голубцы нитками.

В глубокую огнеупорную кастрюлю положите слой мелко нарубленного лука смешанного с дольками яблок, и на него уложите голубцы. В сковороду, где жарилось мясо, налейте горячей воды, доведите до кипения, а затем добавьте соли и специй, залейте этим соусом голубцы и тушите полчаса.

Слейте соус, разотрите в нем ломтик ржаного хлеба или медовый пряник, снова залейте голубцы и тушите до готовности еще около получаса. Готовые голубцы подавайте с соусом или сметаной.

Голубцы со свеклой и яблоками

Мясо (смесь свинины и говядины) – 1кг, свекла средняя – 1шт., помидоры или паста, лук – 1-2шт., морковь – 2шт., яблоки антоновка – 2-3шт., капуста – 1шт., перец, соль, сахар, лимонная кислота.

Капусту ошпарить. В листья вложить фарш из овощей и кусочков мяса. Все овощи натереть на крупной терке, перемешать и добавить перец, соль, сахар, лимонную кислоту. Мясо порезать маленькими кусочками. На дно кастрюли положить овощной фарш, косточку жирную и кусочки мяса жирного, лавровый лист и ряд голубцов. Посыпать овощами и снова ряд голубцов и т.д. Верхний слой овощи и помидоры или паста. Воду лить не надо. Поставить варить-.Взять ломтик черного хлеба без корочки полить его соусом из кастрюли и сделать кашицу. Добавить немного соли в эту кашицу, перец, лимонную кислоту и 2 ст. ложки вишневого варенья+1ст. ложка меда. Добавить эту смесь в голуцы после 1часа тушения оных. Всего тушить примерно 3 часа.

Голубцы с изюмом

500 г говяжьего фарша, 8 больших капустных листов, 100 г отварного риса, 50 г репчатого лука, 100 г томатного соуса, 50 г изюма, 1 чайная ложка соли, 1 чайная ложка перца, 240 г томатной пасты, 50 г тертого имбиря, 100 г ароматизированного уксуса.

Положить капустные листья в стеклянную кастрюлю. Закрыть и поместить в микроволновую печь на 4-6 минут при 100%, тушить до мягкости.

Соединить мясо, рис, измельченный лук, томатный соус, изюм, соль, перец. Хорошо перемешать.

Нафаршировать полученной смесью капустные листы, свернуть их наподобие сигар. Закрепить шов. Положить швом вниз в кастрюлю. Соединить остальные продукты, перемешать и вылить на голубцы.

Поместить в микроволновую печь на 15-18 минут при 50%. Капустные листы не должны развалиться. Дать отстояться 5 минут.

Голубцы из квашеной капусты с мясом

Капуста квашеная - 1 кочан, фарш свиной или говяжий - 1 кг лук репчатый - 100 г, лук-порей - 100 г, морковь - 200 г, петрушка (зелень) - 100 г, пшено - 100 г, перец черный (горошек) - по вкусу

Овощи очистить, мелко нашинковать, пропассеровать на свином жире, смешать с мясным фаршем и хорошо промытым пшеном, добавить перец и соль. Завернуть фарш в листья капусты, туго сворачивая листья. Уложить голубцы в глубокую сковороду или кастрюлю с толстым дном. Добавить лавровый лист, залить голубцы крутым кипятком и тушить до готовности. При подаче к столу заправить голубцы обжаренным до золотистого цвета луком (300-400 г). К голубцам можно подать ржаной хлеб или ржаные лепешки домашнего приготовления.

Голубцы с колбасой

200 г пшеничного хлеба, 1 кочан капусты, 200 г вареной колбасы, 2 яйца, 2 ст. л. маргарина, 2 ст. л. горчицы, 4 яблока, соль

Замоченный и отжатый хлеб, колбасу пропустите через мясорубку, добавьте яйца, горчицу, соль. Перемешайте. Отделите от капустного кочана большие листья. Чтобы сделать их гибкими, эластичными ошпарьте водой, подкислённой уксусом. Приготовленный фарш положите на листья, сверните конвертом. Обжарьте голубцы на смальце или маргарине. Добавьте в сковороду немного горячей воды, голубцы обложите нарезанными яблоками и тушите, закрыв крышкой.

Голубцы из савойской капусты

Савойская капуста - 1 кочан, мясо (свинина или говядина) - 1 кг, сельдерей корневой - 200 г, морковь - 100 г, лук репчатый - 200 г, петрушка (зелень) - 200 г, перец черный (горошек) - 1/2 ч. ложки

Мясо пропустить через мясорубку, овощи очистить, мелко нашинковать, пропассеровать на свином или говяжьем сале. Зелень петрушки мелко нарезать, смешать с мясом и овощами, завернуть в капустные листья. Капустные листья предварительно залить крутым кипятком. Голубцы уложить в глубокую кастрюлю с толстым дном, залить сметаной, томатным соком или смесью томатного сока со сметаной. Поставить на огонь и тушить до тех пор, пока капуста не станет мягкой. При подаче к столу посыпать свежей зеленью. К голубцам подавать свежий домашний хлеб с тмином.

Голубцы из краснокочанной капусты

1 кочан краснокочанной капусты, 350 г филе свинины, 125 г вареного окорока, 1 яйцо, 1 желток, по 1 стол. ложке топленого масла, сметаны и маринованного красного перца, по 2 стол. ложки панировки и сухого хереса, перец, 1 1/2 стол. ложки сливочного масла, по 250 мл красного вина и сливок, 125 мл бульона

Бланшировать 8 листьев капусты 3 мин в подсоленной воде. Откинуть на дуршлаг и обдать холодной водой. Мясо обжарить в топленом масле и мелко нарезать. Нарезать окорок кубиками и перемешать с филе, яйцом, желтком, панировкой, сметаной и хересом. Приправить.

Сложить внахлест по 2 листа капусты, выложить фарш, скатать и обжарить в сливочном масле. Влить вино, бульон и тушить 45 мин.

Вынуть голубцы. Добавить к жидкости сливки, уварить и приправить. Посыпать голубцы перцем и подавать с соусом.

ГОЛУБЦЫ В ВИНОГРАДНЫХ ЛИСТЬЯХ

Такие голубцы лучше готовить в крупных цельных листьях: они могут быть свежесорванными или солеными.

Соленые листья, заготовленные впрок, используют в зимнее время. Сделать это очень просто - листья промыть, залить соленой кипяченой охлажденной водой и хранить в таком виде. На 1 л воды требуется 100 г соли. Перед употреблением соленые листья следует вымочить в воде в течение 20 мин. А свежесорванные листья необходимо обдать кипятком и выдержать в нем 1-2 мин (но не кипятить!).

Для начинки мякоть баранины или говядины пропустить через мясорубку, добавить по вкусу мелко нарезанную зелень базилика, кинзы, петрушки или укропа, все перемешать, слегка посолив (помните, что пряная зелень частично заменяет соль). Зелени в начинке должно быть не менее 1/4 части ее веса. Укладывая по 1 ст. ложке начинки на каждый подготовленный лист и сворачивая его конвертиком или в виде сигары, сформировать голубцы. Уложить их плотно в кастрюлю с толстым дном или сотейник, залить крутым кипятком либо мясным бульоном, поставить на медленный огонь и варить 20-30 мин с момента закипания.

Долма

На 500 г баранины - 1/2 стакана риса, 1 головку лука, 400 г виноградных листьев, 1 ст. ложку масла.

Баранину (мякоть) пропустить через мясорубку, добавить сваренный рис, мелко нарезанный лук и зелень, а также перец и соль по вкусу. Виноградные листья вымыть, удалить стебельную (жесткую)

часть, разложить листья на столе (по 1-2 листа), положить на них фарш и завернуть его в листья в виде обычных голубцов. Посолить их и уложить в невысокую кастрюлю плотными рядами, полить маслом, добавить стакан бульона, сваренного из бараньих костей, накрыть кастрюлю крышкой и тушить на слабом огне около часа. При подаче на стол долму переложить на блюдо. Отдельно подать простоквашу с натертым чесноком и солью, а также молотую корицу, смешанную с сахарной пудрой.

Долма овощная

60 виноградных листьев, 2 яйца, 1 стакан риса, 4 луковицы, 1/2 пучка зеленого лука, 1 пучок щавеля, 1/2 стакана рубленого укропа, 1/4 стакана рубленых кинзы и мяты, 1/3 стакана топленого масла, 1/2 стакана кефира, 2 дольки чеснока, корица, перец черный молотый, соль.

Зелень укропа, кинзы и щавеля, лук зеленый перебрать, промыть, мелко нарезать. Вкрутую сваренные яйца, мелко порубить, соединить с зеленью. Посолить, поперчить, добавить мяту, корицу, отваренный рассыпчатый рис, топленое масло. Виноградные листья перебрать, промыть, ошпарить кипятком; через 5 минут воду слить, листья выложить на разделочную доску. На каждый лист положить приготовленный из зелени и риса фарш, завернуть голубцы. Сложить их плотно друг к другу слоями в сотейник с толстым дном, выложенным виноградными листьями. Влить овощной отвар на 1/2 высоты слоя голубцов, посолить и проварить 10 - 15 минут; положить сверху жареный репчатый лук, накрыть крышкой и варить еще 5 минут. Полить долму тертым чесноком, разведенным кефиром или сметаной, посыпать мелко рубленой зеленью.

Голубцы с луком и лимоном

50-60 виноградных листьев, 1 чашка растительного масла, 1,5 чашки мелконарезанного репчатого лука, 1 чашка мелконарезанного зеленого лука, полчашки риса, соль, перец, 1-2 лимона, 1 пучок мяты

Очищенные и промытые виноградные листья обдать кипятком и охладить. Перемешать все вышеуказанные продукты, за исключением лимонов, заворачивать полученный фарш в виноградные листья, придавая им продолговатую форму. На дне кастрюли разложить несколько листьев и рядами укладывать на них голубцы. Сверху накрыть их тяжелой тарелкой кверху дном, придавив их, чтобы они не раскрывались во время варки. Затем полить соком лимона и залить водой доверху. Варить на слабом огне до полного испарения воды. Дать им остыть и разложить по тарелкам.

Голубцы из сардинок

50 шт. сардинок, 50 шт. свежих виноградных листьев

Для приправы: соль, сок 2-х лимонов, 1 чайн. ложка молотого белого перца, 1 стакан оливкового масла

Не срезая голову и хвост рыбы, осторожно извлеките косточки. Снимите чешую рыбы, промойте. Для соуса используйте глубокую миску, взбейте его. Слейте рыбный бульон, процедите его, переложите в удобную ёмкость и полейте приготовленным соусом. Дайте отстояться. Срежьте стебельки виноградных лепестков (если лепестки свежие, обдайте их сначала кипятком, затем опустите в холодную воду). Затем еще раз ополосните в тёплой воде, чтобы снять солёность. Разложите листья на стол, поместите рыбу (голова и хвост остаются) и заверните. Обмажьте масляной щеткой. Обжарьте с двух сторон на жаровне. Как только цвет виноградных листьев изменится - это означает, что сардинки готовы. Готовую рыбу выложите в просторное блюдо и сразу же подавайте к столу.

Плов с голубцами из виноградных листьев (Каваток палов)*

200 г риса, 100 г мяса (50 г на фарш), 75 г лука (25 г на фарш), 100 г моркови, 50 г жира, соль и специи - по вкусу.

Виноградные листья берутся из расчета 12-15 шт. на порцию.

Баранину, предназначенную для плова, разделить на две части, из одной сделать фарш, другую с костями обжарить в раскаленном жире вместе с луком и морковью, залить водой, положить соль и специи и дать закипеть на медленном огне. Фарш, добавив лук, нашинкованный очень тонкими кольцами, соль, зиру и черный молотый перец, хорошо перемешать. Собрать виноградные листья средней величины и нежности (третий-четвертый от верхушки каждой лозы), удалить черешки, промыть в холодной воде. Положив на каждый листик примерно по одной чайной ложке фарша, оформить круглые голубцы, разложить их на доску вниз швом и слегка придавить ладонью. После окончания формовки каждую пару голубцов сложить вместе швом друг к другу и нанизать на суровую нитку по несколько штук. Нанизанные голубцы сварить в зирваке или отдельно. По готовности засыпать подготовленный рис и варить плов,

**Один из классических вариантов плова, возник среди крестьян, а затем получил широкое распространение. Технологически более сложен, чем классический плов. Готовят только весной (в мае), хотя из консервированных листьев можно приготовить и зимой. В народной медицине рекомендуется людям, страдающим сосудистой дистонией, гипертонией, склерозом и заболеваниями органов пищеварения. Фарш легко усваивается, а нежная клетчатка виноградного листа улучшает перистальтику кишечника. Очень полезен при недостатке в организме витаминов, особенно С.*

как обычно. Накрыть на 30 мин. Перед подачей на стол осторожно вынуть голубцы плов уложить горкой на блюдо, сверху положить голубцы, сняв их с нитки. Отдельно подать салат из редиски

Рис, уложенный в блюдо горкой, зеленоватого цвета, сверху темно-зеленые голубцы величиной с грецкий орех.

ГОЛУБЦЫ В СВЕКОЛЬНЫХ ЛИСТЬЯХ

Голубцы с начинкой из творога и овощей

Морковь - 200 г, лук репчатый - 200 г, пастернак (коренья) - 200 г, творог - 200 г, сметана - 200 г, растительное масло - 75 г

Морковь и пастернак промыть, очистить и натереть на крупной терке. Лук очистить, мелко нашинковать. Овощи смешать и пассеровать на растительном масле. Творог протереть через сито, соединить с пассерованными овощами, посолить и тщательно перемешать. Приготовленный фарш уложить слоем в 1 см по всей поверхности свекольных листьев и, сворачивая их, сформировать голубцы в виде трубочек. Разместить голубцы в кастрюле с толстым дном, залить сметаной, разбавленной водой в соотношении 1:1, посолить и тушить под крышкой до готовности.

Голубцы с начинкой из мяса и овощей

Мясной фарш - 500 г, морковь - 200 г, лук репчатый - 200 г, масло растительное - 50 г, сметана - 200 г, базилик - 50 г, соль

Лук очистить, мелко нарезать, соединить с морковью, вымытой и натертой на крупной терке, пассеровать на растительном масле. Сырой мясной фарш, пассерованные овощи посолить, тщательно перемешать. Начинку равномерно уложить на свекольные листья по всей поверхности слоем в 1 см. Сворачивая листья, сформировать голубцы в виде трубочек, разместить их в кастрюле, залить сметаной, добавить такое же количество воды, посолить и тушить под крышкой до готовности.

Голубцы с начинкой из риса и зелени

Рис - 200 г, мангольд или листья свеклы - 300 г, лук зеленый - 100 г, укроп (зелень) - 50 г, кинза - 100 г, сыр - 100 г, сметана - 200 г, масло растительное - 100 г, перец, соль

Листья и черешки мангольда промыть, черешки мелко нарезать. Зеленый лук и укроп, вымытые и измельченные, пассеровать на растительном масле. Рис промыть и отварить до полуготовности, откинуть на сито, еще раз промыть и соединить с пассерованной зеленью, посолить, поперчить, добавить тертый сыр и перемешать. Сформировать голубцы, укладывая по 1 ст. ложке фарша на лист ближе к основанию и заворачивая его в виде сигары. Разместить голубцы в посуде для тушения, залить подсоленным кипятком до половины объема, занимаемого голубцами, добавить сметану и томить под крышкой 10-15 мин. При подаче полить чесночно-сметанным соусом, приготовленным из свежей сметаны и толченной головки чеснока.

Голубцы с начинкой из риса и овощей

Репа - 200 г, морковь - 200 г, лук репчатый - 200 г, рис - 200 г, сметана - 200 г, масло растительное - 75 г, соль - по вкусу

Рис промыть, залить крутым кипятком, накрыть крышкой, выдержать до остывания и откинуть на сито. Лук очистить и мелко нарезать, репу и морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Овощи соединить и пассеровать на растительном масле, добавить рис, посолить и тщательно перемешать. Приготовленный фарш уложить равномерным слоем толщиной примерно 1 см по всей поверхности подготовленных листьев (на верхнюю сторону), скатать каждый лист трубочкой. Сформированные голубцы уложить в кастрюлю, залить сметаной и тушить под крышкой до готовности.

Голубцы с начинкой из шпината и черемши с рисом

Рис - 200 г, шпинат - 300 г, черемша - 200 г, сметана - 200 г, масло растительное - 100 г, соль - по вкусу

Листья шпината и черемши промыть в холодной воде, мелко нарезать и пассеровать на растительном масле. Рис отварить до полуготовности, смешать с пассерованной зеленью, посолить. Укладывая по 1 ст. ложке приготовленного фарша на свекольный лист, сформировать голубцы, свернув их в виде толстой сигары. Заготовленные голубцы разместить в кастрюле с толстым дном, залить кипятком, добавить сметану и тушить под крышкой на медленном огне 15-20 мин. Подавать на стол, полив сметаной.

ГОЛУБЦЫ ИЗ ЛУКА-ПОРЕЯ

Голубцы из лука-порея мясные с зеленью

Мякоть баранины - 500 г, кинза (зелень) - 50 г, петрушка (зелень свежая) - 50 г, лук репчатый - 100 г, соль, перец черный молотый - по вкусу

Баранину промыть и пропустить через мясорубку вместе с очищенным репчатым луком.

Зелень промыть и мелко нарезать, сметать с фаршем, добавив соль и перец по вкусу.

Голубцы из лука-порея мясные и с рисом

Мясо - 500 г, рис - 100 г, лук репчатый - 100 г, морковь - 200 г, соль, перец черный молотый- по вкусу

Лук репчатый очистить и мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить, нашинковать на крупной терке, пассеровать на растительном масле вместе с репчатым луком. Мясо промыть и пропустить через мясорубку. Рис промыть, отварить до полуготовности, откинуть на сито. Смешать мясной фарш с пассерованными овощами и рисом, посолив и поперчив по вкусу.

Голубцы из лука-порея с куриным мясом

Мясо куриное - 500 г, крупа манная - 1 ст. ложка, сливки или сметана - 100 г, соль - по вкусу

Мясо куриное жирное промыть, пропустить через мясорубку, добавить манную крупу, сливки или сметану, соль. Все перемешать.

Голубцы из лука-порея с базиликом

Фарш мясной - 500 г, базилик (зелень свежая) - 50 г, укроп (зелень свежая) - 50 г, лук репчатый - 100 г, соль, перец - по вкусу

Лук репчатый очистить и нашинковать. Зелень промыть и мелко нарезать. Перемешать измельченный лук и зелень с мясным фаршем, посолить и поперчить по вкусу.

ГОЛУБЦЫ В ЛИСТЬЯХ ЧЕРЕМШИ

Голубцы в листьях черемши

Лук репчатый - 100 г, морковь - 100 г, фарш мясной - 250 г, сметана - 2 ст. ложки, масло растительное - 2 ст. ложки, соль - по вкусу

Лук очистить, тонко нарезать. Морковь вымыть, очистить и очень мелко нашинковать. Измельченные лук и морковь пассеровать на растительном масле и перемешать с готовым мясным сырым фаршем, посолить. Листья черемши тщательно промыть. Укладывая на каждый лист по 1 ч. ложке фарша с овощами, сформировать из них небольшие голубцы в виде конвертиков или трубочек. Разместить их в кастрюле или сотейнике, добавить 2 ст. ложки сметаны, залить подсоленной водой (не выше верхнего слоя голубцов) и тушить под крышкой на медленном огне до готовности.

ГОЛУБЦЫ-«КОЧАНЧИКИ»

Голубцы-«кочанчики» овощные

1 средний кочан капусты, 1 яйцо, 2 ст.л. сливок, 20 г сливочного масла, 2 ст.л. сухарей, 1/2 ст. сметаны, соль, сахар, перец.

Кочан капусты зачистить, наверху острым ножом сделать отверстие и через него вырезать капусту кругом до тех пор, пока не останется слой листьев примерно в 2 см толщиной. Вырезанную капусту мелко порубить, посолить, дать постоять и отжать сок. Затем добавить сырое яйцо, сливки, растопленное масло, перец и сахар. Если масса получится жидкой, всыпать молотые сухари. Полученным фаршем наполнить кочан, перевязать капусту нитками, залить подсоленным кипятком и сварить. Кочан вынуть из отвара, снять нитки и подрумянить капусту в духовке. При подаче на стол нарезать, полить сметаной.

Голубцы-«кочанчики» по-русски

1 большой кочан капусты, 500 г говядины, 200 г почечного жира, 50 г сливочного масла, 5 горошин душистого перца, 10 горошин черного перца, пучок укропа, 2 моркови, 2 петрушки с корнем, 1 сельдерей, 1 большая луковица, 4 картофелины, 6 ст. бульона, соль.

Говядину и почечный жир мелко нарубить. Добавить соль, черный и душистый перец и мелко нарезанную луковицу. Тщательно перемешать.

Капусту очистить от зеленых листьев и слегка отварить в соленой воде. Вынуть капусту из воды и, когда она остынет, отжать, разобрать на отдельные листья. Смазать каждый лист приготовленным фаршем. Затем осторожно сложить листья так, чтобы вновь получился целый кочан. Сжать его поплотнее и перевязать хлопчатобумажными нитками.

Морковь, петрушку, сельдерей и картофель почистить, вымыть, нарезать и сложить на дно большой кастрюли. Положить сливочное масло, сверху – капустный кочан и залить все бульоном так, чтобы кочан был едва покрыт им. Поставить в духовку и тушить не менее полутора часов до тех пор, пока кочан можно будет легко проткнуть вилкой или ножом. Когда капуста станет мягкой, вынуть ее из духовки и переложить на большое блюдо. Обложить кочан тушеными овощами и полить бульоном, в котором они тушились. Сверху посыпать мелко нарезанным укропом и подавать к столу.

Содержание

ОВОЩНЫЕ ГОЛУБЦЫ
В КАПУСТНЫХ ЛИСТЬЯХ 3
ГОЛУБЦЫ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ
В КАПУСТНЫХ ЛИСТЬЯХ 16
ГОЛУБЦЫ В ВИНОГРАДНЫХ ЛИСТЬЯХ 25
ГОЛУБЦЫ В СВЕКОЛЬНЫХ ЛИСТЬЯХ 28
ГОЛУБЦЫ ИЗ ЛУКА-ПОРЕЯ 29
ГОЛУБЦЫ В ЛИСТЬЯХ ЧЕРЕМШИ 30
ГОЛУБЦЫ-«КОЧАНЧИКИ» 31

«ГОЛУБЦІ»
(російською мовою)
Автор-упорядник: Махно В.
Видавництво «Слово» спільно з ППД
Видавництво «Слово», 49038, м. Дніпропетровськ, вул. Вокзальна, 5.
Свідоцтво ДК № 646 от 26.10.2001
Надруковано у друкарні ЧП «Поліслав», м. Дніпропетровськ
Замовлення №88
ISBN 966-334-021-5

оптова реалізація: (056) 721-93-29



Трудно найти человека,
который не любил бы голубцов.
Аппетитные, политые ароматным соусом,
они так и просятся в рот...
В нашем издании Вы найдете самые разнообразные
рецепты голубцов - от самых простых,
доступных даже начинающим хозяйкам,
до сложных и изысканных, которые смогут
оценить даже требовательные гурманы.
Тут и "классические" голубцы в капустных листьях,
и голубцы, завернутые в виноградные, свекольные листья,
листья черемши и лука порея, голубцы-"кочанчики".
Для вегетарианцев есть рецепты
голубцов с овощным фаршем.
Удачи Вам и приятного аппетита!